



Huile végétale de Neem :

Bienfaits et utilisations en phytothérapie



Traditionnellement utilisée en médecine ayurvédique pour ses propriétés anti-infectieuses et insectifuges naturelles, l'huile végétale de Neem, aussi connue sous le nom de Margousier, est aujourd'hui toujours utilisée pour lutter contre les bactéries, champignons et parasites. En cosmétique pour apaiser les peaux infectées ou acnéiques ou bien en soin pour éloigner moustiques, poux et autres parasites, son utilisation est riche et variée. Les Hommes mais également les animaux et les plantes peuvent profiter de ses bienfaits largement apportés par l'azadirachtine A, un actif reconnu pour ses utilisations insectifuges et insecticides. Nom latin : *Azadirachta indica* A. Juss. Partie utilisée : graine (première pression à froid)

Cet article a été mis à jour le 05/06/2025 par la compagnie des sens.

Propriétés principales

- **insectifuge, insecticide :**

L'huile végétale de Neem est reconnue comme étant un bon répulsif contre les insectes, parasites et acariens, que ce soit chez l'Homme, l'animal ou chez les végétaux (moustiques, moucheron, poux, sarcopte (gale), puces, tiques, cochenilles, pucerons, chenilles, etc.). On sait également que l'huile végétale de Neem va plus loin en bloquant la métamorphose des larves. Cette dernière va perturber le mode d'alimentation des larves, et la reproduction des parasites empêchant ainsi leur développement.

- **antibactérien :**

Cette huile végétale de Neem est reconnue pour agir contre grand nombre de bactéries dont *Staphylococcus aureus*, *Escherichia coli*, *Pseudomonas aeruginosa*, etc...

- **antifongique :**

L'huile végétale de Neem semble bénéficier d'une activité antifongique lui permettant de lutter contre les champignons.

- **nourrissant, hydratant :**

Grâce à sa riche composition en acides gras, l'huile de Neem possède des propriétés nourrissantes et apaisantes pour les peaux sensibilisées et asséchées.

Caractéristiques et composition

Caractéristiques cosmétiques

- Type de peau : acnéique.
- Type de cheveux : cuir chevelu irrité.

Caractéristiques organoleptiques

- Aspect : liquide visqueux, figeage à basse température
- Couleur : vert brunâtre
- Odeur : épicée, caractéristique, forte, rappelant les légumes verts.
- Toucher : sec.

Caractéristiques pour la formulation

- Insaponifiable et principes actifs : azadirachtine A (limonoïde).
- Indice de comédogénicité : 1 (=peu comédogène)
- Indice de saponification moyen : 190
- Stabilité à l'oxydation : bonne
- Stabilité aux hautes températures : bonne
- Nom INCI : Melia Azadirachta Seed Oil

Composition en acides gras

- acide oléique (AGMI oméga 9) : 37 à 55 %
- acide palmitique (AGS) : 14 à 20 %
- acide linoléique (AGPI oméga 6) : 10 à 20 %
- acide stéarique (AGS) : 15 à 23 %
- acide arachidique (AGS) : 1 à 2 %
- acide linolénique (AGPI oméga 3) : ≤ 1 %

Caractéristiques physiques :

- Densité à 20°C : 0.900 à 0.950
- Indice de peroxyde : 15
- Indice d'acide : 15
- Indice de réfraction à 20°C : 1.46 à 1.47
- Indice d'iode : 69 à 73

Caractéristiques botaniques

- Famille botanique : Méliacées
- Pays d'origine : Inde.
- Partie distillée : graines
- Procédé d'obtention : première pression à froid
- Nom latin : Azadirachta indica A.Juss.

Précautions d'emploi

- Il est préférable de diluer l'huile végétale de Neem dans une autre huile végétale pour une application cutanée, particulièrement sur une zone étendue.
- L'huile de Neem ne s'utilise pas par voie orale, sauf avis médical contraire. Elle peut présenter un risque de toxicité pour le foie, les reins, le tube digestif, le coeur en quantité importante et sur le long terme.
- L'huile de Neem est interdite chez la femme enceinte, allaitante et les enfants de moins de 6 ans par voie orale. Son utilisation par voie cutanée doit se faire de manière diluée et contrôlée.
- Un avis médical est conseillé en cas de traitements immuno-suppresseur, anti-diabétique ou en cas de pathologies auto-immunes.

Utilisateurs autorisés

- ✓ Adultes et Ados
- ✗ Enfants de moins de 6 ans
- ✗ Femmes enceintes & allaitantes

Voies d'utilisation autorisées

- ✓ Voie cutanée
- ✗ Voie orale

Stockage

A conserver de préférence dans un endroit frais, à l'abri de la lumière et de la chaleur.

Autres précautions

En tant qu'Anti-moustiques

Efficacité : ●●●●

De nombreuses études ont porté sur l'activité anti-moustique de l'huile de Neem. L'azadirachtine, son composé principal, agirait à différents niveaux sur les moustiques et leurs larves. Elle possède en premier lieu une action répulsive, mais permet aussi d'inhiber la croissance et le développement des larves, d'agir sur l'ovulation, sur l'appétance ou tout simplement une activité larvicide. Les différentes études ont porté sur les espèces de moustiques telles que *Anopheles stephensi*, *Culex quinquefasciatus*, *Anopheles gambiae* ou encore *Aedes aegypti* les vecteurs principaux de maladies infectieuses telles que le paludisme, la dengue, le chikungunya, la malaria ou encore la fièvre jaune.

- **Conseil d'application :**

appliquer quelques gouttes d'huile de Neem sur les parties exposées, à diluer à 50 % avec une huile végétale de Jojoba par exemple.

- **Huile essentielle complémentaire :**

pour repousser les moustiques, il est possible d'utiliser les huiles essentielles de Citronnelle, de Géranium Rosat ou encore d'Eucalyptus

En tant qu'**Anti-poux**

Efficacité : ●●●●

Les propriétés insecticides de l'huile de Neem touchent de nombreuses espèces, notamment *Pediculus humanus*, plus communément appelé poux ! Son action a largement été appuyée par des études scientifiques menées sur des shampoings du commerce contenant du Neem. Seulement quelques minutes suffisent pour réduire de manière significative le nombre de poux.

- **Conseil d'application :**

appliquer l'huile de Neem sur l'ensemble de la chevelure, laisser poser 30 minutes, passez au peigne fin puis rincer à l'aide d'un shampoing. Renouveler chaque jour jusqu'à disparition des poux.

- **Huile essentielle complémentaire :**

il est possible d'associer le Neem à l'huile essentielle de Lavandin Super ou de Lavande Fine ou Vraie (pour les jeunes enfants) pour plus d'efficacité.

En tant qu'**Anti-insectes**

Efficacité : ●●●●

L'azadirachtine contenu dans l'huile de Neem possède de nombreuses propriétés utiles dans la lutte contre les insectes. Elle est anti-appétente, larvicide, perturbe la croissance des larves et agit sur le cycle hormonal. Pour toutes ces raisons, elle peut être utilisée pour lutter contre les puces, mouches et autres parasites des animaux. Une dilution est préférable pour son utilisation.

- **Conseil d'application :**

incorporer 5 à 10 % d'huile de Neem dans un shampoing vétérinaire.

Contre les **Parasites**

Efficacité : ●●●●

Les plantes peuvent elles aussi profiter des propriétés insectifuges, insecticides et larvicides de l'huile de Neem en cas d'infestation, puisque cette dernière agit sur de nombreuses espèces différentes ! Ce sont notamment ses composés soufrés qui permettent de lutter contre les parasites, néanmoins son emploi est assez sélectif puisqu'elle peut provoquer des brûlures sur certaines variétés. Pour cette raison, il est indispensable de diluer l'huile de Neem au préalable.

- **Conseil d'application :**

en prévention, diluer 1 mL d'huile végétale de Neem dans 99 mL d'eau, bien secouer puis pulvériser sur les plantes. Si la plante est déjà infectée, diluer 2 mL d'huile végétale de Neem dans 98 mL d'eau.

En cas de **Mycose**

Efficacité : ●●●●

L'huile végétale de Neem présente des propriétés anti-bactériennes et antifongiques bénéfiques pour la peau. Elle peut ainsi être utilisée pour les peaux à problèmes, peaux acnéiques, mais également en cas d'infections légères ou de mycose. Sa richesse en acides gras lui permet de nourrir la peau en parallèle.

- **Conseil d'application :**

appliquer localement quelques gouttes sur les zones affectées.

- **Huile essentielle complémentaire :**

le Tea Tree est l'huile essentielle de référence contre les mycoses ou en cas d'infection de la peau.

- **Autres huiles végétales adaptées :**

les peaux infectées apprécieront aussi l'[huile végétale de Nigelle](#). Nigelle et Neem peuvent être associées pour l'application.

Pour lutter contre les Pellicules, Cuir chevelu irrité

Efficacité : ●●●●

L'huile végétale de Neem est reconnue pour ses propriétés apaisantes mais aussi purifiantes, elle élimine les impuretés. Elle peut être utilisée pour apaiser un cuir chevelu irrité ou encore aider à l'élimination des pellicules.

- **Conseil d'application :**

appliquer l'huile de Neem sur l'ensemble de la chevelure en soin, laisser poser 30 minutes, puis rincer à l'aide d'un shampoing. Renouveler le soin 2 à 3 fois par semaine. L'huile végétale peut être diluée dans une autre huile végétale de Jojoba ou d'Argan à 50 % par exemple. Elle peut également être ajoutée dans votre shampoing.

- **Huile essentielle complémentaire :**

il est possible d'associer le Neem aux huiles essentielles de Cèdre de l'atlas, Lavande et/ou Tea Tree pour plus d'efficacité.

- **Autres huiles végétales adaptées :**

les huiles végétales de Nigelle, Moutarde ou encore de Jojoba peuvent également lutter contre les pellicules et le cuir chevelu irrité.

En cas d'Acné, Plaie, Peau acnéique

Efficacité : ●●●○

L'huile végétale de Neem présente des propriétés anti-bactériennes et antifongiques bénéfiques pour la peau. Elle peut ainsi être utilisée pour les peaux à problèmes, peaux acnéiques, mais également en cas d'infection légère ou de plaie. Sa richesse en acides gras lui permet de nourrir la peau en parallèle.

- **Conseil d'application :**

appliquer localement quelques gouttes sur les zones affectées.

- **Huile essentielle complémentaire :**

le Tea Tree est l'huile essentielle de référence contre l'acné et en cas de plaie vous pouvez compter sur l'huile essentielle de Lavande vraie ou fine pour ses propriétés apaisante cutanée et cicatrisante.

- **Autres huiles végétales adaptées :**

en cas d'acné, l'huile végétale de référence est celle de [Jojoba](#). Vous pouvez associer cette dernière à l'huile de Neem pour un soin complet.

L'huile de Neem et la réglementation des insecticides

L'huile de Neem a fait débat au sein des produits phytopharmaceutiques. En 2008, l'azadirachtine était inscrit sur la liste des substances actives à évaluer en vue de son inscription à l'annexe I de la directive n°91/414/CEE concernant la mise sur le marché de produits phytopharmaceutiques. Cette annexe I liste les substances autorisées dans les produits phytopharmaceutiques. Après évaluation de la substance, celle-ci n'a pas été validée, entraînant le retrait des autorisations de certains produits phytopharmaceutiques. Une nouvelle demande a été faite par la suite, ce qui a abouti à un réexamen de la Commission en 2011. Les différents examens ont permis d'autoriser l'huile de Neem dans les produits phytopharmaceutiques, selon les utilisations étudiées et précisées dans le rapport. En effet, une substance peut être autorisée, mais soumise à certaines conditions. Dans le cas de l'azadirachtine, le rapport d'examen doit fournir des informations permettant de confirmer que l'azadirachtine est bien le composé actif principal, ou encore l'évaluation des risques pour les eaux souterraines.

Si l'Union européenne permet aux Etats membres d'autoriser les préparations à base d'huile de Neem, les Etats membres restent quant à eux libres les refuser. C'est le cas de la France qui interdit toujours les préparations phytopharmaceutiques contenant de l'huile de Neem en tant qu'insecticide. Certaines sources accusent l'azadirachtine d'avoir un impact négatif sur les milieux aquatiques, sur les abeilles, et d'être un perturbateur endocrinien. Néanmoins, les études se contredisent et il est difficile de savoir les tenants et les aboutissants au sujet de ce composé. Concernant les abeilles, le Neem pourrait en effet être responsable de malformations, mais via son action sur les larves. Il pourrait induire une atrophie des ailes lors de la croissance, mais n'aurait pas d'impact sur les abeilles adultes. Enfin, l'huile de Neem n'est pas neurotoxique, son action insecticide se fait sur le long terme, en modifiant le comportement des larves tout au long de leur développement.

Ainsi, en l'état actuel des études, la vente d'huile de Neem est tolérée en France bien qu'elle ne puisse pas afficher la mention "insecticide". L'huile de Neem et son composé naturel l'azadirachtine reste source de polémique. Elle divise les agriculteurs à la recherche de solutions naturelles pour traiter leur culture et les pouvoirs publics étudiant la toxicité potentielle de cette huile.

Si l'usage de l'huile de Neem dans l'industrie des produits phytopharmaceutiques est encore controversée, son **usage cosmétique est quant à lui autorisé** ! L'huile de Neem est ainsi retrouvée dans des crèmes cosmétiques ou savons et présente de nombreux intérêts antiseptiques, antibactériens, nourrissants, hydratants.